



安全、安心、安息などの「安」という文字。ウカムリは家の屋根を表しますから、家の中に女性が居る状態です。つまり、女性が家で

しっかりしていると、家族も安心、心がやすらぐということでしょう。さて最近、食品の安全性について、意識が薄くなってはいませんか。食品添加物、BSE、O-157・・・、お子様の安心のためには、お母さんが家でしっかり安全に目を光らせたい。今回は「食の安全」をテーマにしてみました。

## 食の安全を考えると。

安全と安心のちがいは？

「食の安全安心を」というキャッチフレーズをよく耳にします。安全と安心を並べると語呂がいいので、私たちもつい同義語のように使ってしまう。でも、この2つの語は似て非なるもの、意味が全く異なるのです。「安全」とは、専門家による試験や調査による科学的根拠を基に、健康への影響が取り除かれた状態、または許容範囲に留められている状態。「安心」とは、

消費する側の気持ちの問題であつて、心配や不安がない状態であることを言います。となると、先のキャッチフレーズも「食品の安全をしっかりと確かめ、安心できるものを食べよう」という意味になるかもしれません。食品表示の見方やトレーサビリティの確認など、安全&安心のため

の情報収集法も、日頃からきちんと家族に伝えたいものです。

年間4kgの食品添加物。

さて「食の安全」というとき、すぐに頭に浮かぶのは食品添加物のことです。わが国で使用されている食品添加物は約800品目。私たち日本人は、一日に約11g、年間で約4kgもの食品添加物を摂取しているという説もあります。なかでもとくに不安視され

ているのが、いわゆる化学合成添加物です。化学合成添加物とは、自然界にない物質や、自然界にあるものを原料としても化学合成したもので、体への影響が指摘されています。加工食品全盛の現在、私たちは知らず知らず大量の食品添加物を摂ってしまうのかもしれませんが。



4kg

ているのが、いわゆる化学合成添加物です。

「疑わしきは使用せず」を貫く努力。

1996年当社は、食品を製造する際に化学合成添加物を使用しないという「食の安全宣言」を行いました。化学合成添加物の人体への影響には、疑問符がついているからです。国が認可した、現在400品目以上ある化学合成添加物も、単体では安全であっても複数で摂取したときの安全性は実証されていません。また遺伝子組み換え作物や食品包装材の環境ホルモンについても、その安全性が疑問視されています。「疑わしきは使用せず」。それは創業以来の当社の姿勢であり、お客様の健康を担う食品会社としての務めだと考えています。

シュガーレディ本社  
代表取締役社長 佐藤健

大切なのは選食力を養う。

食育の3本柱の一つ目は「安全な食品を見分けて自分を守る」とです。何を食べたら安心か、また何を食べたらいけないか。家族一人ひとりが、しっかりと食品を見分ける力＝選食力を養うことが大切です。選食力という栄養バランスの知識に偏りがちですが、安全の視点からもういちど考えてみましょう。食品を選ぶときの指標となるのは、食品表示です。食品添加物を含む原材料表示は、多い順に記載されています。内容量、保存方法、賞味・消費期限、産地などもこれで確認できます。食品選びに手抜きはできません。確かな選食力で安全な食品を選び、安心して楽しく食べたいものです。

最近の話題から考える

食善食誤 ⑫

### 調味料

ラーメンといえば化学調味料と言われるように、中華料理には化学調味料が欠かせない時代がありました。この化学調味料、もともとは明治の三大発明のひとつ（他は養殖真珠と織物機械）とされ、食品のうま味を簡単に引き出せることから、戦後一般家庭でも大量に使用されました。1980年代のグルメブームのなか、負のイメージが高まったことか



ら、それを払拭するために「うま味調味料」と呼称を変更。近年は、加工食品における原材料名で「調味料（アミノ酸等）」と表記されています。また、食材を美味しく見せかけるために多用されるという指摘もあるなかで、加工食品、外食産業では、あらゆる食品に使われているのが現状です。習慣的な摂取による、塩分の摂り過ぎや味覚の麻痺も懸念されている食品添加物です。

